



# Resiliencia en cuidadores familiares de enfermos de Alzheimer y otras demencias en Navarra

Aintzane Mariezcurrena Fernández (enfermera especialista en Salud Mental)\*, Ana Remirez de Ganuza (psicóloga sanitaria)\*, Verónica Barea Ullate (estudiante de Bi+)\*\*, Azahara Jiménez Acosta (estudiante de Bi+)\*\*, Pablo Ijalba Perez (profesor)\*\*

\* A.F.A.N. (Asociación de familiares de Alzheimer y otras demencias de Navarra)

\*\* Instituto de enseñanza secundaria Valle del Ebro de Tudela, Navarra

## INTRODUCCIÓN

- La demencia es un síndrome cerebral degenerativo y progresivo que afecta a todas las áreas cognitivas. En España el número de personas afectadas supera los 700.000, y en Navarra hay en torno a 5.500 casos diagnosticados (a esto habría que sumarle el infra-diagnóstico de un 30% estimado), por lo que el número de cuidadores afectados se multiplica por dos o por tres. ¿Por qué un porcentaje de cuidadores sobrelleva mejor la enfermedad y otros, en cambio, experimentan un síndrome de sobrecarga?

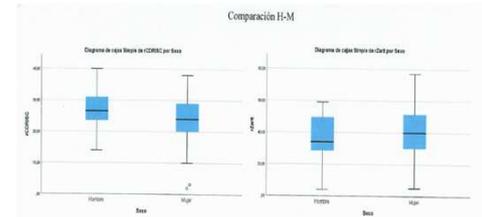
## OBJETIVO

- Evaluar la resiliencia en cuidadores familiares no profesionales de personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias en Navarra.



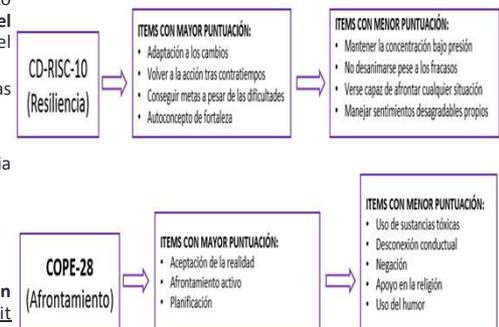
## MÉTODO

- Se realizó un estudio epidemiológico descriptivo con una muestra de 104 familiares cuidadores de personas con demencia y a su vez, usuarios de la Asociación de familiares de enfermos de Alzheimer de Navarra (AFAN). Se recogieron variables sociodemográficas y los participantes respondieron a tres cuestionarios validados: versión breve de la escala de resiliencia CD-RISC en la adaptación española de Notario-Pacheco et al. (2011) conformada por 10 ítems de la escala original de Connor y Davidson (2003), Escala de Carga del Cuidador de Zarit y Cuestionario COPE abreviado (COPE-28), el cual es un inventario multidimensional, desarrollado para evaluar las diferentes formas de respuesta o afrontamiento ante el estrés.
- Los datos se recogieron mediante entrevistas grupales y/o individuales, de participación voluntaria, donde se les informó de la finalidad del estudio, de los cuestionarios y la confidencialidad en el uso de los datos.
- Se realizó estadística descriptiva, análisis bivariable y análisis correlacional.



## RESULTADOS

- El perfil mayoritario obtenido es el de familiar cuidador mujer (73,08%), de entre 50 y 60 años, casada (68,27%), residente en la zona de Pamplona (65,38%), con estudios universitarios (50,96%), empleada a tiempo parcial o completo (53,88%) e ingresos medios (ingresos totales anuales superiores a los 30.000 euros, el 60,58%), que no reside con el paciente (50%), el cual tiene una edad media de 82 años, diagnosticados con enfermedad de Alzheimer (73,08%) y el tiempo medio de cuidado son 5,85 años consecutivos.
- No se apreciaron diferencias significativas en los resultados obtenidos para las escalas utilizadas en relación a las características sociodemográficas.
- Los resultados en CD-RISC-10 indicaron una resiliencia media en el total de la muestra, los hombres de media obtuvieron mayor puntuación que las mujeres, aunque no es una diferencia estadísticamente significativa
- Se ha podido ver que existe una correlación positiva significativa entre COPE-28 y CD-RISC-10 (0,264).
- Los resultados en la escala de carga del cuidador Zarit, mostraron que el 38,46% de los participantes presentaron un nivel de sobrecarga medio-alto. Además, se vio que existe una correlación negativa significativa entre CD-RISC-10 y Zarit (-0,227); aunque con un valor moderado. Al considerar a los familiares cuidadores que mostraron una resiliencia alta, este valor de correlación se incrementaba (-0,309).



## CONCLUSIONES

- Podemos destacar que se objetivó una mayor resiliencia en los hombres que en las mujeres. Ello correlacionó con un menor nivel de sobrecarga y, a su vez, un afrontamiento de la adversidad de tipo más activo.
- En base a los resultados objetivados se han proyectado programas específicos que intervienen en la mejora de atención y concentración en situaciones de estrés mediante técnicas de mindfulness y de estimulación cognitiva para cuidadores, así como sesiones sobre resiliencia para la gestión de la sobrecarga emocional.

## BIBLIOGRAFÍA

